4.015 Špenátové kocky
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
maslo	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20
vajcia	8	0,40	8	0,40	10	0,50	10	0,50
múka hladká	0,50	0,50	0,60	0,60	0,60	0,60	0,70	0,70
špenát mrazený	0,55	0,55	0,65	0,65	0,65	0,65	0,70	0,70
múka na plech	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
maslo na plech	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
soľ	0,01	0,01	0,02	0,02	0,03	0,03	0,03	0,03
hmotnosť porcie v g	20		25		25		35	

Výrobný postup

Špenát mierne podlejeme vodou, dusíme do odparenia vody. Maslo vymiešame so žĺtkami, pridáme tuhý sneh z bielkov, múku, vychladnutý špenát. Všetko spolu zľahka premiešame, natrieme na vymastený, múkou vysypaný plech asi na hrúbku 1 cm a upečieme. Cesto pokrájame na malé kocky, ktoré vkladáme do každej porcie polievky zvlášť.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	Vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	192	46	1,24	2,6	0,0	4,3	0,3	11,0	0,3	0,071	0,0	0,0	0,4	0,0
B	208	50	1,37	2,6	0,0	5,0	0,3	12,7	0,3	0,080	0,0	0,0	0,5	0,0
C	214	51	1,50	2,7	0,0	5,0	0,3	13,4	0,4	0,082	0,0	0,0	0,5	0,0
D	230	55	1,62	2,7	0,0	5,8	0,4	14,3	0,4	0,087	0,0	0,0	0,5	0,0